



Geistkraft Gottes atme in uns Impulse auf dem Weg zum Pfingstfest

Für die Zeit zwischen Christi Himmelfahrt und Pfingsten gibt es im Folgenden neun kurze Impulse für Zuhause – am Morgen oder am Abend oder zwischendurch – ein paar Augenblicke Innehalten, zur Ruhe kommen, mich ganz bewusst in die Gegenwart und Liebe des dreieinigen Gottes stellen. Das Gebet um die Geistkraft Gottes stärkt in unsicheren Zeiten.

Teil 1 von Freitag, 22. Mai bis Dienstag, 26. Mai

Tag 1

Freitag, 22. Mai

Was ist eine Novene?

Novenen, neun (lat. Novem) aufeinanderfolgende Tage des Gebets, stellen eine ehrwürdige und geschichtsträchtige Tradition in der Kirche dar. Sie sind der Widerschein der neun Gebetstage, die Maria und die Apostel miteinander verbrachten, als sie – geschockt vom zweiten Verlust Jesu nach seiner Himmelfahrt – völlig im Zweifel darüber waren, was sie nun tun sollten. Also beteten sie um den Heiligen Geist, die Geistkraft Gottes.

Novenen sind eine Zeit der Versenkung in das Gebet um die Geistkraft und die Gaben des Heiligen Geistes – Weisheit, Stärke, Einsicht, Erkenntnis, Frömmigkeit, Gottesfurcht und Guter Rat – eine Zeit der Lebensfülle, der Offenheit für neues Leben, der Einsichten in das Hier und Jetzt.

Aus: kfb-Novene „Geistkraft Gottes atme in uns“

Die Gaben des Heiligen Geistes

Ich nehme mir ein paar Augenblicke Zeit und lasse die genannten Gaben des Heiligen Geistes auf mich wirken, meditiere sie: Weisheit, Stärke, Einsicht, Erkenntnis, Frömmigkeit, Gottesfurcht und Guter Rat. Was lösen sie in diesem Augenblick bei mir aus? Widerstand,... Was verbinde ich mit den Begriffen? Ich wähle eine Gabe aus, die mich an diesem Tag begleitet, ich kann das Wort auf einen Zettel schreiben, ihn an einen gut sichtbaren Ort legen, in die Geldbörse stecken,...

Tag 2

Samstag, 23. Mai

Gebet: Starker Gott

Du zeigst dich uns immer neu in vielfältigen Zeichen.
Heute ersehnen und erwarten wir dich im feurigen Wirken
deines Geistes.

Das Feuer war und ist ein Ort an dem wir deine Gegenwart
spüren können.

Du hast dich im brennenden Dornbusch offenbart.

Du zogst in der Flammensäule vor deinem Volk her.

Du bist in den Herdfeuern vieler Kulturen.

Du gibst dich uns wie einst beim ersten Pfingstfest im Feuer
deines Geistes.

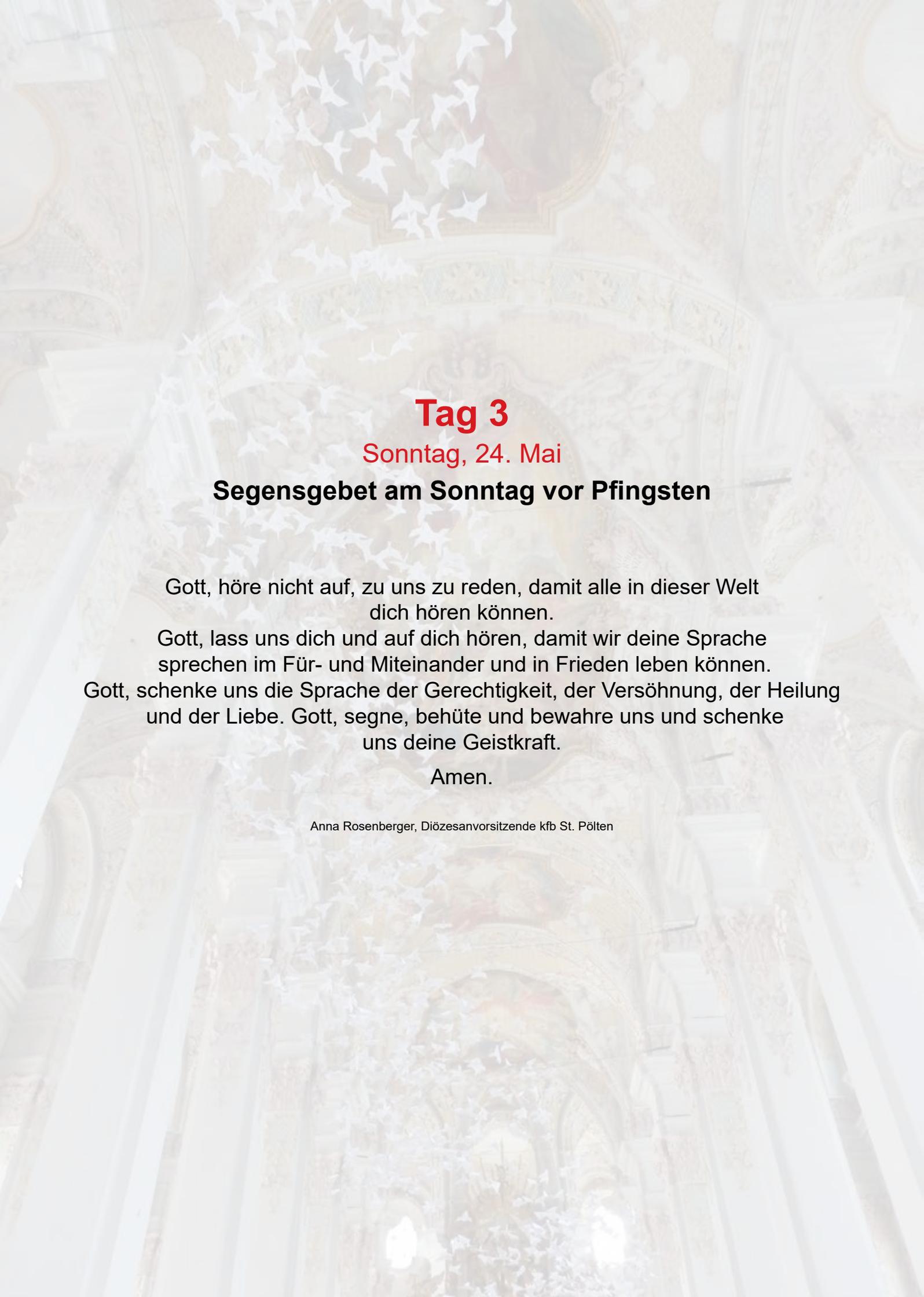
Wir danken dir und preisen deine Gegenwart
heute und jeden Tag, an dem dein Wirken unser Leben durchströmt.

Amen.

Aus: kfb-Novene „Geistkraft Gottes atme in uns“, Helene Renner, kfb St. Pölten



Foto: Anna Rosenberger



Tag 3
Sonntag, 24. Mai
Segensgebet am Sonntag vor Pfingsten

Gott, höre nicht auf, zu uns zu reden, damit alle in dieser Welt dich hören können.

Gott, lass uns dich und auf dich hören, damit wir deine Sprache sprechen im Für- und Miteinander und in Frieden leben können.

Gott, schenke uns die Sprache der Gerechtigkeit, der Versöhnung, der Heilung und der Liebe. Gott, segne, behüte und bewahre uns und schenke uns deine Geistkraft.

Amen.

Anna Rosenberger, Diözesanvorsitzende kfb St. Pölten



Tag 4
Montag, 25. Mai
Atemmeditation

Ich stelle mich aufrecht hin und nehme meinen Körper wahr.
Fest verwurzelt und geerdet am Boden und ausgerichtet
zum Himmel hin.

Ich nehme meinen Atem ganz bewusst wahr.
Ein... Aus...

Mit jedem Einatmen schöpfe ich aus der Geistkraft Gottes
neue Kraft für den Tag.

Mit jedem Ausatmen löse ich mich von den Sorgen und Ängsten
des Alltags, von Mutlosigkeit und Enge.
Der Duft ist der Atem der Pflanze. Die Liebe ist der Atem Gottes.
Ein... Aus...

So gehe ich gestärkt in diesen neuen Tag bzw. weiter durch
diesen Tag.

Tag 5

Dienstag, 26. Mai

Bibelstelle: Joh 14,26

Der Beistand aber, der Heilige Geist, den der Vater in meinem Namen senden wird, der wird euch alles lehren und euch an alles erinnern, was ich euch gesagt habe.

Ich bin hineingenommen in die Liebe des dreieinigen Gottes. Möge mir Vertrauen, Gelassenheit und Zuversicht für das vor mir Liegende und die Überraschungen des Tages geschenkt werden.

Amen.